

بسمه تعالی

طرح درس : تغذیه ی پیشرفته ۱

فراگیران: دانشجویان کارشناسی ارشد علوم تغذیه

تعداد واحد: یک ونیم واحد نظری (کل درس سه واحد نظری تدریس به صورت مشترک با آقای دکتر رضا مهدوی)

مدرس: دکتر محمد علی زاده

طول دوره: ۲۶ ساعت

مدت هر جلسه: ۲ ساعت

هدف کلی درس:

۱. آشنائی با اهمیت اسید های چرب MUFA ، PUFA و نقش های ویژه آنها در متابولیسم

لیپید ها و تولید مواد بیولوژیکی

۲. آشنا ساختن دانشجویان با مفاهیم و مباحث عمیق تر در زمینه سوخت و ساز

کربوهیدرات ها، پیشرفت های تازه در زمینه روش های مطالعه، نقش کربوهیدرات ها و

افزایش توان دانشجو در تجزیه تحلیل مقالات تخصصی مربوطه

۳. آشنا ساختن دانشجویان با مفاهیم و مباحث عمیق تر در زمینه سوخت و ساز پروتئین ها

، پیشرفت های تازه در زمینه روش های مطالعه، نقش پروتئین ها و افزایش توان دانشجو

در تجزیه تحلیل مقالات تخصصی مربوطه

اهداف اختصاصی درس:

انتظار می رود در پایان این دوره:

۱. آخرین طبقه بندی در مورد هر سه درشت مغذی مورد مطالعه را بداند و بیان کند.

۲. روش های جدید اندازه گیری و آنالیز کربوهیدرات ها ، چربی ها و پروتئین ها را فرا گیرد.

۳. روش های جدید تعیین نیاز به پروتئین ها را بیان کند.

۴. نحوه ی جستجو در منابع علمی در حیطه ی درشت مغذی را فرا گرفته و به کار ببندد.

۵. مهارت تجزیه و تحلیل مقالات تخصصی مربوطه را پیدا کند.

۶. حداقل یک گزارش مروری در حیطه مرتبط به موضوعات درسی تدوین کند.

جلسه اول:

هدف کلی:

– آشنایی با دانشجویان

– بیان سرفصل ها، اهداف و منابع درسی

– مروری بر طبقه بندی های رایج کربوهیدرات ها ، درجه پلیمریزاسیون فیبرها ، فرکتوالیگو

ساکارید ها

شیوه تدریس و رسانه ی آموزشی:

سخنرانی استاد ، بحث گروهی، بسته آموزشی چندرسانه ئی

جلسه دوّم :

هدف کلی:

- پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبلی
- روش های اندازه گیری فیبر های غذائی

شیوه تدریس و رسانه ی آموزشی:

سخنرانی استاد ، بحث گروهی، بسته آموزشی چندرسانه ئی

جلسه سوّم :

هدف کلی:

- پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبلی
- آشنائی با انواع و کاربرد شیرین کننده ها ی مصنوعی

شیوه تدریس و رسانه ی آموزشی:

سخنرانی استاد ، بحث گروهی

جلسه چهارم :

هدف کلی:

- پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبلی
- آشنائی با شیوه بررسی و تحلیل محتوائی یک مقاله پژوهشی اصیل در زمینه ی کربو هیدرات ها

شیوه تدریس و رسانه ی آموزشی:

سخنرانی استاد ، مشارکت دانشجویان در بحث جمعی به صورت پرسش و پاسخ

جلسه پنجم :

هدف کلی:

- مروری بر طبقه بندی های رایج اسید های چرب ، اهمیت اسید های چرب ضروری

شیوه تدریس و رسانه ی آموزشی:

سخنرانی استاد ، بحث گروهی، بسته آموزشی چندرسانه ئی

جلسه ششم:

هدف کلی:

- پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبلی
- آشنائی با مسیر های ورود ، ساخت و تجزیه ی لیپید ها در سیستم گردش خون

شیوه تدریس و رسانه ی آموزشی:

سخنرانی استاد ، بحث گروهی

جلسه هفتم :

هدف کلی:

- پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبلی
- اهمیت اسید های چرب امگا-۶ در تولید سیتوکین ها و پروستاگلندین ها

شیوه تدریس و رسانه ی آموزشی:

سخنرانی استاد ، بحث گروهی

جلسه هشتم :

- پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبلی
- آپوپروتئین ها و اهمیت آنها

شیوه تدریس و رسانه ی آموزشی:

سخنرانی استاد ، ارائه ی یک مقاله مروری توسط دانشجویان

جلسه نهم :

هدف کلی:

- پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبلی
- آشنائی با شیوه بررسی و تحلیل محتوایی یک مقاله پژوهشی اصیل در زمینه ی چربی ها

شیوه تدریس و رسانه ی آموزشی:

سخنرانی استاد ، مشارکت دانشجویان در بحث جمعی به صورت پرسش و پاسخ

جلسه دهم :

هدف کلی:

- مروری بر طبقه بندی های رایج پروتئین ها ، نقش اسید های چرب ضروری و غیر ضروری

شیوه تدریس و رسانه ی آموزشی:

سخنرانی استاد ، بحث گروهی، بسته آموزشی چندرسانه ئی

جلسه یازدهم :

هدف کلی:

– پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبلی

– تراز ازته، بازگردش ازته

– شیوه تدریس و رسانه ی آموزشی:

– سخنرانی استاد ، بسته آموزشی چندرسانه ئی

جلسه دوازدهم :

هدف کلی:

– پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبلی

– روش های تعیین نیاز اسید های آمینه

– شیوه تدریس و رسانه ی آموزشی:

– سخنرانی استاد ، بسته آموزشی چندرسانه ئی

جلسه سیزدهم :

هدف کلی:

– پرسش و پاسخ در مورد جلسه قبلی

– آشنائی با شیوه بررسی و تحلیل محتوائی یک مقاله پژوهشی اصیل در زمینه ی اسید های آمینه

– شیوه تدریس و رسانه ی آموزشی:

سخنرانی استاد ، مشارکت دانشجویان در بحث جمعی به صورت پرسش و پاسخ

ارزشیابی:

ارزشیابی دانشجویان بر اساس موارد زیر صورت می گیرد:

۱. میزان مشارکت در فعالیت های کلاسی
۲. ارائه یک گزارش مروری در مورد موضوعات درس
۳. امتحان کتبی پایان دوره

منابع اصلی درس :

آخرین ویرایش در بازبینی مطالب مورد بررسی قرار میگیرد :

1. Ross, A. C., B. Caballero, R. J. Cousins, K. L. Tucker, and T. R. Ziegler. "Modern nutrition in health and disease." (2012): 260-315.
2. Krause, Marie V. *Krause's food & the nutrition care process*. Edited by L. Kathleen Mahan, Sylvia Escott-Stump, and Janice L. Raymond. Elsevier Health Sciences, 2012.